

Inhalte

Burnout ist ein Hauptthema. Sie bestimmen jedoch aufgrund Ihrer Bedürfnisse die Inhalte. Sie teilen uns mit, was sich verändern muss, damit Sie eine Verbesserung erkennen können. Es geht stets darum, Sie als Ganzes zu sehen: Ihre körperliche und psychische Gesundheit, Ihren Beziehungsbereich, Ihren Beruf und nicht zuletzt Ihre Persönlichkeitsentwicklung.

Gemeinsam mit Ihnen werden wir individuelle Strategien entwickeln, Lösungen aufzeigen, neue Ziele setzen und persönliche Potenziale entwickeln. Nicht zuletzt möchten wir Ihnen Achtsamkeit für Ihren Alltag mit auf den Weg geben. Dies geschieht in täglichen Gruppengesprächen, vor allem jedoch in Einzelgesprächen während des Segelns oder vor Anker.

Das Intensivcoaching am Meer wird Sie einen wesentlichen Schritt nach vorne bringen und in Ihnen neue Kräfte freisetzen. Auch nach der Reise werden Sie nicht alleine gelassen. Im Leistungspaket sind 2 Sitzungen in 78224 Singen oder zwei Telefonberatungen nach Vereinbarung inklusive. Natürlich stehen wir Ihnen darüber hinaus auch weiterhin gerne zur Verfügung.



Fotos: Martin Horeusler

Warum coaching auf einer Segelyacht

Erinnern Sie sich an Ihren letzten Aufenthalt im Süden, am Meer. Schon bei Ihrer Ankunft ergriff Sie durch die Sonne und Wärme ein unbeschreibliches Hochgefühl. Nachdem Sie Ihre Blicke über die Weite des Meeres schweifen ließen, spürten Sie eine tiefe innere Ruhe und Entspannung. Der Alltag, die Aufgaben, die Probleme waren weg - weit, weit weg. Der Südsee-Effekt bedingt durch die Weite, den Gleichklang der Wellen und des Windes, durch die stimulierende Wirkung der Sonne und nicht zuletzt durch zielgerichtete Aktivitäten in einer Gruppe, wirkt wie ein Katalysator für Entspannung, Optimismus und neue Kraft. Profitieren Sie von den Erkenntnissen der modernen Psychologie, unserer Erfahrung, Intuition und Einfühlsamkeit! Trotz des Intensivseminars stehen Freude, Spaß auf dem Wasser, an Land und die persönliche Entfaltung ganz oben.

Gerne erwarten wir Ihre Anfrage und Ihre Terminvorstellung. Wir unterbreiten Ihnen ein individuelles Angebot.

Unsere Specials werden, um eine optimale Betreuung zu gewährleisten, grundsätzlich von zwei Psychologen (Dame + Herr) durchgeführt.



Coaching auf Segelyachten

Ein Leben im Gleichgewicht ist für uns Menschen ein immer schwierigeres Unterfangen. Sie tragen oft beruflich und privat große Verantwortung, stehen täglich unter Erfolgsdruck - körperliche und psychische Belastungen kennzeichnen den Alltag. Dabei gesund zu bleiben, sich wohl zu fühlen, die Lebensperspektive im Auge zu behalten, ist eine große Herausforderung. Im Rahmen dieses Intensivcoachings kommen sie wieder auf Ihren Lebenskurs.

Für wen ist ein solches Coaching

Sie stehen in der Mitte Ihres Lebens, haben viel erreicht und fragen sich, was das Leben noch bringen soll? Wofür kann ich mich motivieren, was sind meine tiefen Sehnsüchte und Motive auch für die nächsten Jahre meines Lebens? Ein befriedigendes Leben ist ein Leben im Gleichgewicht. Hierbei liegt Ihnen die Balance zwischen Ihrer Gesundheit, Ihrer Familie und Ihren Beziehungen, Ihrem Beruf und nicht zuletzt Ihrer Persönlichkeitsentwicklung besonders am Herzen.



Ibiza + Formentera - ein ideales Revier

Ibiza + Formentera (Pitiusen) sind ein ideales Revier für Erholung und Aktivitäten. Klares, warmes Wasser, Traumstrände mit weißem Sand, viele kleine Inseln, verträumte Buchten zum Ankern, mäßiger, beständiger Ostwind und niedrige Wellen machen die Pitiusen zum idealen Revier und bringen neben Erholung und Spaß frischen Wind in unser Leben.

Ablauf

In der Woche werden wir viel zusammen erleben: Viele verträumte Orte und Buchten kennen lernen, Segeln, viele inspirative Gespräche in der Gruppe führen, baden, schnorcheln, die Seele baumeln lassen, entspannen, Kraft schöpfen, die Köstlichkeiten der mediterranen Küche genießen, abends feiern, und nicht zuletzt lernen, unser Leben noch ein Stück besser nach unseren Wünschen gestalten.



IBIZA

F
o
r
m
e
n
t
e
r
a

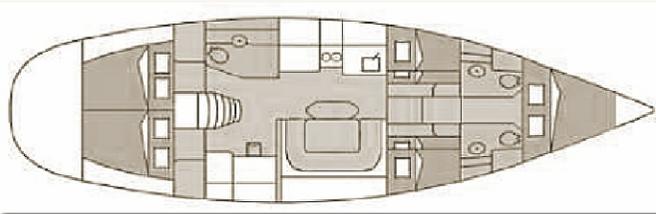
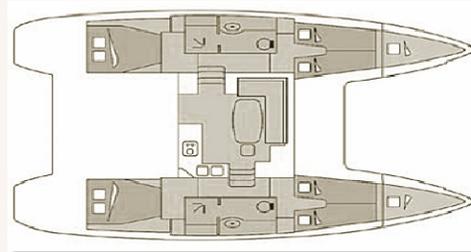
Wir starten in San-Antonio, unser Weg führt uns zur Cala d`Hort mit dem magischen "Drachenfelsen", nach Formentera mit Karibik-Feeling, danach nach Ibiza-Stadt. Weiter geht es der Ostküste entlang über Santa Eulalia in den einsameren Norden. Die steile Westküste führt uns dann zurück zu unserem Ausgangsort. Dazwischen liegen viele unvergessliche Momente im Team, der Selbsterkenntnis und des Wohlbefindens.

Unterbringung auf der Yacht

Eine moderne Segelyacht oder ein moderner Katamaran wird sieben Tage und Nächte unser Zuhause sein. Die modellhaften Grundrisse weiter unten geben Ihnen einen Eindruck, welche Unterbringungsmöglichkeiten vorhanden sind. Es werden nicht alle Plätze belegt, damit nicht nur an Land, sondern auch an Bord ausreichende private Rückzugsmöglichkeiten vorhanden sind.

Versorgung an Bord

Morgens und zwischendurch versorgen wir uns selbst. Vor dem Auslaufen aus dem Heimathafen werden wir ausreichend Lebensmittel und Getränke nach unseren Wünschen bunkern. Damit bereiten wir uns unser Frühstück,



Abenden abgesehen - in Restaurants zum Essen und werden uns an den mediterranen Speisen erfreuen.

Segeln

Segeln ist Teamarbeit, Segelkenntnisse sind nicht erforderlich. An Bord ist stets ein Skipper vorhanden. Doch Segeln: Navigation, An- und Ablegen, Steuern, Segelmanöver, Ankern, ... macht gemeinsam mehr Freude. Beteiligung ist willkommen.



Leistungen

- > Intensivbetreuung durch zwei Psychologen.
- > Dokumentation mit Abschlussbericht.
- > Telefonische Nachbetreuung.
- > Unterbringung auf einer modernen Yacht in Doppelkabinen
- > Umfangreiches Versicherungspaket und Nebenkosten.
- > Begrüßungs- und Abschlussfeier in Restaurants.
- > Lebensmittel, Getränke an Bord.
- > Bis zu vier abendliche Restaurantbesuche inkl. Wasser

Das und noch viel mehr für: 1.485 Euro

Nicht im Preis enthalten

- > Anreise (Flug) nach Ibiza und zurück. Die Buchung organisieren wir gerne für Sie.
- > Persönliche Reiseversicherungen und Ausgaben.
- > Auch bei organisatorische Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Wir freuen uns auf Ihre Kontaktaufnahme

07736 921765
info@dr-piel.net
www.dr-piel.net